

Fjallabyggð



Hús eldri borgara - Ólafsfirði

Félagsstarf aldraðra

Dagskrá gildir frá 5. september 2022

Upplýsingar gefur Gerður í síma 864-4887

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
08:30		Tækjasalur			
10:45		Krulla/boccia/ganga		Krulla/boccia/ganga	Vatnsleikfimi
11:00			Vatnsleikfimi		
12:15		Hádegismatur		Hádegismatur	
13:00		Handavinna		Handavinna/lestur	Bingó
14:30		Kaffi		Kaffi	Kaffi
15:00		Leikfimi/stólajoga		Leikfimi/stólajoga	

Handavinna verður 2x í viku með leiðbeinendum. Leiðbeinandur eru Gerður Ellertsdóttir, félagsliði og María B. Leifsdóttir

Krulla/Boccia/ganga verður í íþróttamiðstöð. Leiðbeinandi Gerður.

Rækt og vatnsleikfimi í íþróttamiðstöð. Leiðbeinandi María B. Leifsdóttir.

Akstursþjónusta í félagsstarf og dagdvöl (Hornbrekka) er veitt samkvæmt þjónustumati félagsþjónustu (hálfur eða heill dagur, ekki í einstaka dagskrárliði).